Research Proposal Defense အတွက် အောင်မြင်စွာပြင်ဆင်နည်းလမ်းညွှန်

နိဒါန်း

သုတေသနအဆိုပြုစာတမ်း (Research Proposal) ကာကွယ်တင်ပြပွဲ (Defense) သည် ဘွဲ့လွန်ပညာရေးခရီးစဉ်တွင် အရေးအကြီးဆုံးအဆင့်များထဲမှ တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ဤအခမ်းအနားတွင် သင်သည် မိမိ၏ သုတေသနအစီအစဉ်ကို ပါမောက္ခများ၊ ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များနှင့် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များရှေ့မှောက်တွင် တင်ပြရုံသာမက မိမိ၏ အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် သုတေသနဆိုင်ရာ အဆင်သင့်ဖြစ်မှုကိုပါ သက်သေပြရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ဤလမ်းညွှန်ချက်သည် Research Proposal Defense အတွက် စနစ်ကျသော ပြင်ဆင်မှုအဆင့်များနှင့် အောင်မြင်မှုအတွက် အဓိကကျသည့် အချက်အလက်များကို အသေးစိတ်ရှင်းလင်းတင်ပြထားပါသည်။

၁။ မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုရှိရန် အခြေခံအုတ်မြစ်များ

Research Proposal Defense ၏ အောင်မြင်မှုသည် သင်ကိုယ်တိုင်၏ ယုံကြည်မှု (Confidence) ပေါ်တွင် အကြီးအကျယ်မူတည်ပါသည်။ သို့သော် ဤယုံကြည်မှုသည် အခြေအမြစ်မဲ့ အကောင်းမြင်ဝါဒမဟုတ်ဘဲ မိမိ၏ သုတေသနအကြောင်းအရာနှင့် ပတ်သက်သည့် နက်ရှိုင်းသော

နားလည်မှုနှင့် ပြင်ဆင်မှုအပေါ်တွင် တည်ဆောက်ထားရမည်ဖြစ်သည်။ အောက်ဖော်ပြပါ အချက်ငါးချက်သည် ဤယုံကြည်မှုကို တည်ဆောက်ရန်အတွက် အခြေခံအုတ်မြစ်များဖြစ်ပါသည်။

၂။ အဓိကပြင်ဆင်ရမည့် အဆင့်ငါးဆင့်

အဆင့် ၁ - နောက်ခံအချက်အလက်များကို ပိုင်နိုင်စွာသိရှိခြင်း

မိမိအဆိုပြုထားသော သုတေသနခေါင်းစဉ် (Proposed Title) နှင့် ပတ်သက်သည့် နောက်ခံအချက်အလက်များ (Background Information) ကို သေသေချာချာ နှံ့နှံ့စပ်စပ် ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ဖတ်ရှုလေ့လာထားရမည်ဖြစ်သည်။

ဘာကြောင့် အရေးကြီးသလဲ-

- မိမိ၏ သုတေသနနယ်ပယ်တွင် လက်ရှိဖြစ်ပေါ်နေသော အခြေအနေများ၊ ပြဿနာများနှင့် သုတေသနကွာဟချက်များ (Research Gaps) ကို နားလည်ရန်
- သက်ဆိုင်ရာ သီအိုရီများ၊ သဘောတရားများနှင့် ယခင်သုတေသနပြုချက်များကို သေချာသိရှိရန်
- မေးခွန်းများမေးလာပါက ချက်ချင်းဖြေကြားနိုင်ရန်

မည်သို့ပြင်ဆင်ရမည်-

- သက်ဆိုင်ရာ ဂျာနယ်များ၊ စာအုပ်စာတမ်းများနှင့် အွန်လိုင်းရင်းမြစ်များကို စနစ်တကျ စုစည်းဖတ်ရှုပါ
- အဓိကကျသော စာရေးဆရာများ၊ သုတေသနအဖွဲ့အစည်းများနှင့် အရေးပါသည့် လေ့လာမှုများကို မှတ်သားထားပါ
- ကိုယ်တိုင်ရေးသားထားသော မှတ်စုများကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပြီး အခြေခံကျသော အကြောင်းအရာများကို နားလည်သဘောပေါက်ပါ

အဆင့် ၂ - နိဒါန်းနှင့် အကြောင်းပြချက်ကို ရှင်းလင်းစွာတင်ပြခြင်း

Introduction ကို အခြေခံကာ သင်သည် အဘယ်ကြောင့် ဤသုတေသနကို ပြုလုပ်ရန် လိုအပ်ကြောင်း (Justification) ကို ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ တင်ပြနိုင်ရမည်ဖြစ်သည်။

အဓိကမေးခွန်းများ-

- ဤသုတေသနသည် အဘယ်ပြဿနာကို ဖြေရှင်းရန် ရည်ရွယ်သနည်း။
- လက်ရှိအခြေအနေတွင် ဤပြဿနာကို အဘယ်ကြောင့် အရေးတကြီးဖြေရှင်းရန် လိုအပ်သနည်း။
- ဤသုတေသနသည် သီအိုရီဆိုင်ရာ သို့မဟုတ် လက်တွေ့ကျကျ အဘယ်အကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိစေမည်နည်း။
- ဤသုတေသနသည် ယခင်သုတေသနများနှင့် မည်သို့ကွာခြားသနည်း။

မည်သို့ပြင်ဆင်ရမည်-

- ရှင်းလင်းသော ပြဿနာဖော်ပြချက် (Problem Statement) ကို ရေးသားပါ
- သုတေသနကွာဟချက်ကို ထောက်ပြသည့် သက်သေအထောက်အထားများကို စုဆောင်းပါ
- သင့်သုတေသန၏ အရေးပါမှုနှင့် အကျိုးသက်ရောက်မှုကို ချုပ်လုပ်ပြီး ရှင်းလင်းစွာ ဖော်ပြပါ

အဆင့် ၃ - သုတေသနမေးခွန်းနှင့် ရည်ရွယ်ချက်များကို ခိုင်မာစွာဖော်ပြခြင်း

Research Question သို့မဟုတ် Hypothesis ကို ခိုင်မာစွာ ထင်ဟပ်စေမည့် Aim နှင့် Objectives ကို ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ ဖော်ပြရမည်ဖြစ်သည်။

အရေးကြီးသည့်အချက်များ-

- Research Question သည် ရှင်းလင်း၊ တိကျ၊ နှင့် ဖြေဆိုနိုင်သော မေးခွန်းဖြစ်ရမည်။
- Hypothesis ရှိပါက ၎င်းသည် စမ်းသပ်နိုင်သော ကြိုတင်ခန့်မှန်းချက်ဖြစ်ရမည်။

- Aim သည် သုတေသန၏ အဓိကရည်ရွယ်ချက်ကို ခြုံငုံဖော်ပြပြီး Objectives များသည် ထို Aim သို့ရောက်ရန် အဆင့်ဆင့်သော ခြေလှမ်းများဖြစ်ရမည်။
- Objectives များသည် SMART (Specific, Measurable, Achievable, Relevant, Time-bound) ဖြစ်ရမည်။

မည်သို့ပြင်ဆင်ရမည်-

- Research Question နှင့် Objectives များကို အကြိမ်ကြိမ်ပြန်လည်သုံးသပ်ပြီး ရှင်းလင်းအောင် ပြင်ဆင်ပါ
- Objectives တစ်ခုစီသည် Research Question နှင့် တိုက်ရိုက်ဆက်စပ်နေကြောင်း သေချာစေပါ
- Objectives များသည် လက်တွေ့ကျပြီး သတ်မှတ်အချိန်အတွင်း ပြီးမြောက်နိုင်ကြောင်း စစ်ဆေးပါ

အဆင့် ၄ - သုတေသနနည်းစနစ်ကို အသေးစိတ်တင်ပြနိုင်ခြင်း

Research Methodology တွင် ပါဝင်ရမည့် အဆင့်တိုင်းကို စေ့စပ်သေချာစွာ တင်ပြနိုင်ရမည်ဖြစ်သည်။ ဤအပိုင်းသည် Proposal ၏ အဓိကကျသော အစိတ်အပိုင်းဖြစ်ပြီး မေးခွန်းအများဆုံး ထွက်ပေါ်လေ့ရှိသည့် အပိုင်းလည်းဖြစ်သည်။

အကျုံးဝင်ရမည့် အကြောင်းအရာများ-

(က) သုတေသနဒီဇိုင်း (Research Design)

- မည်သည့် သုတေသနအမျိုးအစား (ဥပမာ - အရေအတွက်ဆိုင်ရာ quantitative method၊ အရည်အသွေးဆိုင်ရာ qualitative method၊ ရောစပ်ထားသော နည်းစနစ် mixed method) ကို အသုံးပြုမည်နည်း။
- သုတေသနပုံစံ (ဥပမာ - စူးစမ်းလေ့လာမှု exploratory၊ ဖော်ပြမှုလေ့လာမှု descriptive၊ အကြောင်းနှင့်အကျိုးဆိုင်ရာလေ့လာမှု) ကို ရွေးချယ်ရသည့် အကြောင်းရင်းကို ရှင်းပြပါ။

(ခ) လေ့လာမှုလူဦးရေနှင့် နမူနာ (Study Population and Sample)

- ပစ်မှတ်လူဦးရေ (Target Population) မှာ မည်သူများနည်း။
- နမူနာရွေးချယ်နည်း (Sampling Method) ကို အသေးစိတ်ဖော်ပြပါ။
- နမူနာအရွယ်အစား (Sample Size) ကို မည်သို့တွက်ချက်သနည်း။
- ပါဝင်ရမည့်သတ်မှတ်ချက် (Inclusion Criteria) နှင့် ပါဝင်ခွင့်မပြုသည့်သတ်မှတ်ချက် (Exclusion Criteria) များကို ရှင်းလင်းစွာဖော်ပြပါ။

(ဂ) အချက်အလက်စုဆောင်းနည်း (Data Collection Methods)

- မည်သည့်ကိရိယာများ (ဥပမာ - မေးခွန်းလွှာ၊ အင်တာဗျူး၊ ဓာတ်ခွဲစစ်ဆေးမှု) ကို အသုံးပြုမည်နည်း။
- အချက်အလက်စုဆောင်းသည့် လုပ်ငန်းစဉ်အဆင့်ဆင့်ကို အသေးစိတ်ဖော်ပြပါ။
- ကိရိယာ၏ ယုံကြည်စိတ်ချရမှု (Reliability) နှင့် တရားဝင်မှု (Validity) ကို မည်သို့သေချာစေသနည်း။

(ဃ) အချက်အလက်ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာနည်း (Data Analysis Methods)

- မည်သည့်စာရင်းအင်းနည်းလမ်းများ (ဥပမာ - t-test, ANOVA, Chi-square, Regression) ကို အသုံးပြုမည်နည်း။
- မည်သည့်ဆော့ဝဲ (ဥပမာ - SPSS, R, NVivo) ကို အသုံးပြုမည်နည်း။
- အချက်အလက်များကို မည်သို့ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာပြီး မည်သို့အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုမည်နည်း။

မည်သို့ပြင်ဆင်ရမည်-

- Methodology ၏ အဆင့်တိုင်းကို စာရွက်ပေါ်တွင် ရေးချပြီး အစဉ်လိုက်ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။
- ဖြစ်နိုင်ချေရှိသော အခက်အခဲများနှင့် ၎င်းတို့ကို မည်သို့ကျော်လွှားနိုင်မည်ကို ကြိုတင်စဉ်းစားထားပါ။

- မိမိ၏ Methodology ကို အခြားဆင်တူသော သုတေသနများနှင့် နှိုင်းယှဉ်ပြီး ကွဲပြားချက်များကို နားလည်ထားပါ။
- သုံးမည့် ကိရိယာ၊ ဆော့ဝဲတို့ကို ကြိုတင်လေ့ကျင့်ထားပါ။

အဆင့် ၅ - ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ ပြင်ဆင်မှုများ

မိမိ၏ Research သည် Ethically Sound (ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ အရ ကောင်းမွန်မှန်ကန်) ဖြစ်ရန် ပြင်ဆင်ထားရမည်ဖြစ်သည်။ ဤအချက်သည် သုတေသန၏ ယုံကြည်စိတ်ချရမှုနှင့် တရားဝင်မှုအတွက် အခြေခံကျသည့် အစိတ်အပိုင်းဖြစ်ပါသည်။

အဓိကကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ ထည့်သွင်းစဉ်းစားရမည့်အချက်များ-

(က) ပါဝင်သူများ၏ သဘောတူညီချက် (Informed Consent)

- ပါဝင်သူများအား သုတေသန၏ ရည်ရွယ်ချက်၊ လုပ်ငန်းစဉ်၊ အန္တရာယ်နှင့် အကျိုးကျေးဇူးများကို အပြည့်အဝရှင်းလင်းစွာ ရှင်းပြပါ။
- ပါဝင်သူများသည် မိမိဆန္ဒအလျောက် ပါဝင်ပြီး မည်သည့်အချိန်တွင်မဆို ရုပ်သိမ်းခွင့်ရှိကြောင်း သေချာစေပါ။
- သဘောတူညီချက်ပုံစံ (Consent Form) ကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားပါ။

(ခ) လျှို့ဝှက်မှုနှင့် ကိုယ်ရေးကိုယ်တာအချက်အလက်ကာကွယ်မှု (Confidentiality and Privacy)

- ပါဝင်သူများ၏ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာအချက်အလက်များကို မည်သို့ကာကွယ်မည်နည်း။
- အချက်အလက်များကို လုံခြုံစွာ သိမ်းဆည်းမည့် နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြပါ။
- သုတေသနရလဒ်များကို တင်ပြရာတွင် ပါဝင်သူများ၏ အထောက်အထားကို မည်သို့ဖုံးကွယ်မည်နည်း။

(ဂ) အန္တရာယ်နှင့် အကျိုးကျေးဇူး ချိန်ဆခြင်း (Risk-Benefit Assessment)

- ပါဝင်သူများအတွက် ဖြစ်နိုင်ချေရှိသော အန္တရာယ်များကို ဖော်ထုတ်ပြီး ၎င်းတို့ကို မည်သို့လျှော့ချမည်နည်း။
- သုတေသနမှ ရရှိမည့် အကျိုးကျေးဇူးများသည် အန္တရာယ်များထက် သာလွန်ကြောင်း ပြသပါ။
- အားနည်းသော လူအုပ်စုများ (ဥပမာ - ကလေးများ၊ သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်များ) အတွက် အထူးဂရုပြုပါ။

(ဃ) ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ အတည်ပြုချက် (Ethical Approval)

- သက်ဆိုင်ရာ ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာကော်မတီ (Ethics Committee / IRB) ထံမှ ခွင့်ပြုချက်ရယူရန် စီစဉ်ထားကြောင်း ဖော်ပြပါ။
- ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ ပြဿနာများပေါ်ပေါက်လာပါက မည်သို့ကိုင်တွယ်မည်ကို ရှင်းပြပါ။

မည်သို့ပြင်ဆင်ရမည်-

- ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာကော်မတီထံ တင်ပြရမည့် စာရွက်စာတမ်းများကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ပါ။
- ပါဝင်သူများ၏ အခွင့်အရေးများကို အကာအကွယ်ပေးရန် လိုအပ်သော လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကို ရေးသားထားပါ။
- ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သော ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ အခြေအနေများအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားပါ။

၃။ အရေးအကြီးဆုံး အချက် - အဖွဲ့အစည်း၏ လမ်းညွှန်ချက်ကို တိတိကျကျလိုက်နာခြင်း

ဤအချက်ကို နောက်ဆုံးတွင်ဖော်ပြထားသော်လည်း အရေးအကြီးဆုံးအချက်အဖြစ် အထူးသတိပြုရန်လိုအပ်ပါသည်။ သုတေသီတိုင်းသည် မိမိ Proposal တင်မည့် Institution (တက္ကသိုလ်၊ ဌာန၊ သုတေသနအဖွဲ့အစည်း) ၏ Research Proposal Guideline ကို တစ်သွေမတိမ်း လိုက်နာရမည်ဖြစ်ပါသည်။

အဘယ်ကြောင့် ဤမျှအရေးကြီးသနည်း-

- အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုစီတွင် ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ပိုင် စံသတ်မှတ်ချက်များ၊ ပုံစံများနှင့် မျှော်လင့်ချက်များ ရှိကြသည်။
- လမ်းညွှန်ချက်ကို လိုက်နာခြင်းသည် မိမိ၏ Proposal ကို လေးနက်စွာ ပြင်ဆင်ထားကြောင်း ပြသသည်။
- ပုံစံအသေးစိတ် (ဥပမာ - စာလုံးအရွယ်အစား၊ အကွာအဝေး၊ ကိုးကားပုံစံ) ကို မလိုက်နာပါက ပါမောက္ခများ၏ အာရုံစိုက်မှုကို ပြောင်းသွားစေနိုင်သည်။

မည်သို့ပြင်ဆင်ရမည်-

- Proposal Guideline ကို အစမှအဆုံး သေချာဖတ်ပြီး နားလည်ပါ။
- လိုအပ်သော ကဏ္ဍများအားလုံး ပါဝင်ကြောင်း စစ်ဆေးပါ။
- သတ်မှတ်ထားသော စာမျက်နှာအရေအတွက်၊ စာလုံးအရေအတွက်ကို လိုက်နာပါ။
- ကိုးကားခြင်းပုံစံ (APA, Harvard, Vancouver, etc.) ကို တိကျစွာ လိုက်နာပါ။
- သတ်မှတ်ထားသော ပုံစံခွက် (Template) ရှိပါက ၎င်းကို အသုံးပြုပါ။
- တင်ပြရမည့်နေ့ရက်နှင့် အချိန်ကို သေချာမှတ်သားထားပါ။

၄။ အောင်မြင်မှုအတွက် နောက်ထပ်အကြံပြုချက်များ

အထက်ပါ အချက်များအားလုံးကို ကျွမ်းကျင်ပိုင်နိုင်စွာ ပြင်ဆင်ပြီးပါက မိမိ၏ Research Proposal သည် ၇၅% Pass ဖြစ်ပြီးသားဟု ယုံကြည်နိုင်ပါသည်။ သို့သော် ကျန်ရှိသော ၂၅% အတွက် အောက်ပါအကြံပြုချက်များကိုပါ ထည့်သွင်းစဉ်းစားပါ။

(က) တင်ဆက်မှုလေ့ကျင့်ခြင်း

- PowerPoint သို့မဟုတ် အခြားတင်ဆက်ရေးကိရိယာများကို ကျွမ်းကျင်စွာအသုံးပြုတတ်ရန်
- အချိန်သတ်မှတ်ချက်အတွင်း တင်ဆက်နိုင်ရန် အကြိမ်ကြိမ်လေ့ကျင့်ပါ

- မိတ်ဆွေများ သို့မဟုတ် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များရှေ့တွင် စမ်းသပ်တင်ဆက်ပြီး အကြံပြုချက်များရယူပါ

(ခ) ဖြစ်နိုင်ချေရှိသော မေးခွန်းများအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

- ပါမောက္ခများမေးလေ့ရှိသော မေးခွန်းများကို စုစည်းပြီး အဖြေများပြင်ဆင်ပါ
- မိမိ၏ သုတေသန၏ အားနည်းချက်များကို သိရှိပြီး ၎င်းတို့ကို မည်သို့ကိုင်တွယ်မည်ကို ကြိုတင်စဉ်းစားထားပါ
- "မသိပါ" ဟု ရိုးသားစွာပြောဆိုရမည့် အခြေအနေများအတွက် အဆင်သင့်ဖြစ်ပါ

(ဂ) စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြင်ဆင်မှု

- အိပ်ရေးဝဝအိပ်ပြီး ကျန်းမာရေးကောင်းစွာထားပါ
- တင်ဆက်မှုမတိုင်မီ အသက်ပြင်းပြင်းရှူပြီး စိတ်အေးအေးထားပါ
- မိမိကိုယ်ကို အပြုသဘောဆောင်သော စကားများပြောဆိုအားပေးပါ

(ဃ) ဆက်စပ်ပစ္စည်းများ အဆင်သင့်ထားရှိခြင်း

- တင်ဆက်ရန် လက်ပ်တော့၊ USB၊ ပရိုဂျက်တာကြိုးများ အဆင်သင့်ထားပါ
- မိမိ၏ Proposal ၏ မိတ္တူကူးထားပါ
- ရေသန့်ဗူး၊ မှတ်စုစာအုပ်နှင့် ဘောပင် ဆောင်ထားပါ

နိဂုံးချုပ်

Research Proposal Defense သည် သင့်ပညာရေးခရီးစဉ်တွင် အရေးပါသော မှတ်တိုင်တစ်ခုဖြစ်ပြီး စနစ်ကျသော ပြင်ဆင်မှုဖြင့် အောင်မြင်နိုင်ပါသည်။ အဓိကအချက်များမှာ (၁) နောက်ခံအချက်အလက်များကို ပိုင်နိုင်စွာသိရှိခြင်း၊ (၂) ခိုင်မာသော အကြောင်းပြချက်ဖြင့် နိဒါန်းကိုတင်ပြခြင်း၊ (၃) ရှင်းလင်းသော သုတေသနမေးခွန်းနှင့် ရည်ရွယ်ချက်များကိုဖော်ပြခြင်း၊ (၄) သုတေသနနည်းစနစ်ကို အသေးစိတ်တင်ပြနိုင်ခြင်း၊ (၅) ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ ကောင်းမွန်မှုရှိစေရန်

ပြင်ဆင်ခြင်းတို့ဖြစ်သည်။ ဤအချက်ငါးချက်ကို ကျွမ်းကျင်ပိုင်နိုင်စွာ ပြင်ဆင်ပြီးပါက အောင်မြင်မှုအတွက် ၇၅% အဆင်သင့်ဖြစ်နေပြီဖြစ်သည်။ ကျန်ရှိသော ၂၅% မှာ အဖွဲ့အစည်း၏ လမ်းညွှန်ချက်ကို တိကျစွာလိုက်နာခြင်း၊ တင်ဆက်မှုကောင်းမွန်ခြင်းနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အဆင်သင့်ဖြစ်မှုတို့ပေါ်တွင်မူတည်ပါသည်။ ယုံကြည်မှုရှိရှိဖြင့် သင့်သုတေသနအကြောင်းကို ပြောဆိုနိုင်ပါက သင့် Defense သည်အောင်မြင်မည်မှာ သေချာပါသည်။

စေတနာဖြင့် ရေးသားပါသည်။